Une nourriture saine dans la restauration collective, c'est possible !

De la maternelle à la maison de retraite, de plus en plus, les plats sont préparés industriellement et livrés aux cantines, qui les réchauffent au four à micro-onde. De ce fait il s'agit souvent de plats en sauce, peu digestes. Or dans les hôpitaux, des aliments frais et sains auraient un impact positif sur l'état des malades. Les nutritionnistes tirent la sonnette d'alarme à propos de la restauration scolaire, déséquilibrée pour comprimer les budgets. Partout, une bonne partie des aliments repart à la poubelle. Si dès le plus jeune âge, on absorbe des produits recomposés et pleins d'additifs, quelles seront les répercussions au niveau de la santé publique dans une vingtaine d'années ?

De nombreuses expériences de restauration bios se mettent en place avec succès. Ainsi dans le Gard (plus de 300 000 repas bios en restauration collective), à Pamiers, où les enfants des écoles mangent bio, en Bretagne (Restaurant universitaire de Lorient depuis trois ans), etc. On constate un moindre gaspillage, un plus grand respect de la nourriture qui compensent l'éventuel surcoût modeste.

Des contraintes existent au niveau des approvisionnements, de la disponibilité en produits transformés, des procédures d'appels d'offre des marchés publics. **Les collectivités locales doivent accompagner une demande en constante augmentation : subventions aux équipements de cuisine, formation du personnel à la biogastronomie, contrats avec des petits producteurs locaux...**

Les élèves et leurs parents qui participent aux réunions des caisses des écoles, les enseignants peuvent eux aussi agir en faveur d'une alimentation saine, accompagnée d'une pédagogie, d'une sensibilisation au goût, à l'environnement, au travail des paysans, au respect des animaux.

Mode d'emploi de la campagne

1. Signez et faites signer autour de vous les cartes postales et adressez les aux décideurs concernés.
2. Renvoyez le coupon-réponse à Agir pour l'Environnement, afin que nous puissions évaluer l'impact de la campagne et vous tenir informés.
3. Commandez le matériel de campagne et diffusez le : élus, associations, media...

Par cette campagne, nous voulons aussi recueillir les expériences et suggestions des acteurs impliqués dans la mise en place d'aliments sains en restauration collective... Il faut identifier les blocages, imaginer des améliorations et faire des propositions aux pouvoirs publics pour que les choses évoluent. N'hésitez pas à nous faire part de vos idées. Notre site internet donnera les informations tout au long de la campagne : www.globenet.org/ape/

Pour mieux comprendre

• **Nutriments :** substances nutritives assimilables par l'organisme. • **Anti-oxydants :** nutriments et micro-nutriments (ex : vitamines, sels minéraux, oligoéléments) qui préservent les cellules du phénomène d'oxydation. L'oxydation accélère le vieillissement, entrainant une usure des artères, des articulations... • **Traçabilité :** identification et suivi des différentes étapes d'élaboration d'un aliment, de l'origine de la matière première jusqu'à sa commercialisation • **Biodiversité :** diversité des espèces animales et végétales. Elle est en diminution : 75 % des variétés comestibles cultivées au début du siècle ont disparu (FAO) • **Eco-système :** ensemble constitué par un milieu (eau, sol) et des êtres vivants en interaction (ex : une forêt, un lac) • **Biotope :** zone où différentes caractéristiques de l'environnement permettent le développement d'espèces végétales ou animales spécifiques (ex : une prairie) • **Effet de serre :** la terre conserve une partie de l'énergie solaire, grâce à un "effet de serre" naturel. Mais celui-ci augmente dangereusement, entraînant un réchauffement climatique. En effet, notre mode de production et de consommation génère trop de gaz à effet de serre (ex : le gaz carbonique émis par les moteurs de voitures) • **Commerce équitable :** mode de commercialisation qui assure une juste rémunération au producteur, lui permettant de vivre de son travail (grâce à des mécanismes comme des prix garantis, un préfinancement des récoltes, une réduction du nombre d'intermédiaires).

Informations pratiques

■ Des livres

Sur l'agriculture

Du poisson dans les fraises, Arnaud Apoteker ; la Découverte • **Le monde n'est pas une marchandise**, José Bové, François Dufour, la Découverte • **Les Sillons de la colère,** André Pochon ; Syros • **S-Eau-S, l'eau en danger,** Gérard Borvon ; Golias • **L'agriculture, talon d'Achille de la mondialisation**, J. Berthelot, l'Harmattan. • **La guerre au vivant**, J.P. Berlan, Agone

Sur l'agriculture et l'alimentation biologiques

La bio de la terre à l'assiette, Pascale Solana ; Sang de la terre • **Manger bio,** Lylian le Goff ; Domino-Flammarion (41 F) • **Les bonnes adresses de la bio ;** Utovie • **Les produits bios ;** la Plage editeurs (19 F)

Sur l'alimentation et la nutrition

Des poubelles dans votre assiette, La bouffe d'égoût, F. Perruca et G. Pouradier ; Laffont • **Nourrir la vie, Enclyclopédie de l'alimentation biologique et de l'équilibre nutritionnel,** Dr Lylian le Goff ; Jollois • **L'alimentation ou la troisième médecine,** Dr Jean Seignalet ; Guibert • **La nouvelle assiette,** Claude Aubert ; Terre Vivante • **L'alimentation antioxydante,** Dr Serge Rafal ; Marabout

■ Restauration collective saine : Boites à outils

- **Civam du Gard :** kit "manger bio en restauration collective" ; organisation de formations - Domaine de Puechlong 30610 St Nazaire des Gardies - 04 66 77 11 12
- **Réseau Cohérence :** dossier pratique, modèles de lettres - 2, rue Clairambault 56100 Lorient - 02 97 84 98 18
- **Alliance :** dépliant "Pour des cantines scolaires bio en Ile de France" ; mallette pédagogique "ce que je mange influence mon environnement" - 40 rue de Malte 75011 Paris - 01 43 38 06 28
- **Unaf :** guide pédagogique de la restauration collective pour les enfants de 0 à 6 ans - 01 49 95 36 17

Salon Marjolaine - Parc Floral de Paris - Tél. : 01 45 56 09 09
du 9 au 18 novembre 2001 et du 8 au 17 novembre 2002

■ Des sites internet (faire précéder chaque adresse par www.)

Associations : biocoop.fr ; confederationpaysanne.fr ; ifoam.org (Fédération Internationale Agriculture Bio) ; mdrgf.org (cf. dossier pesticides) ; infogm.org (veille sur les OGM) ; intelligenceverte.org (conservatoire des espèces anciennes) ; regain-sante.com ; commercequitable.org ; globenet.org/ape
Officiels : environnement.gouv.fr ; sante.gouv.fr ; agriculture.gouv.fr ; conso.net (Institut National Consommation) ; afssa.fr (Agence de Sécurité Sanitaire des Aliments) ; invs.sante.fr (Institut de Veille Sanitaire) ; who.int (Organisation Mondiale de la Santé)

Associations et syndicats partenaires de la campagne d'Agir pour l'Environnement :

• Accueil Paysan • Alliance Paysans Consommateurs Ecologistes Rhône Alpes • Alliance Paysans Consommateurs Ecologistes Ile de France • Alternative Santé - l'Impatient • Amis de la Terre • Animafac • Association Internationale des Techniciens et Chercheurs (AITEC) • Association pour la Maison du Développement Durable et de l'Environnement (AMDDE) • Association pour les Relations Culturelles et Humaines avec l'Environnement et le Terroir (ARCHET) • Association de Sauvegarde du Pays Fouesnantais (ASPF) • Association pour la Taxation des Transactions financières pour l'Aide aux Citoyens (ATTAC) • Biocoop • Bretagne Vivante - SEPNB • Campagne "La Terre, l'Affaire du siècle" • Centre d'Etudes Internationales Paysannes et d'Actions locales (CEIPAL) • Cohérence • Conseil National des Associations Familiales Laïques (CNAFAL) • Confédération Paysanne • Coordination Nationale des Semences Fermières • 4D (Dossiers et Débats pour le Développement Durable) • Ecole et Nature • Fédération des Conseils des Parents d'Elèves (FCPE) • Fédération Nationale de l'Agriculture Biologique (FNAB) • Fédération Nationale des Associations de Producteurs Fermiers (FNAPF) • Fédération Nationale des Centres d'Initiatives pour Valoriser l'Agriculture et le Milieu Rural (FNCIVAM) • Fédération Nationale des Foyers Ruraux (FNFR) • Fédération Nationale Léo Lagrange • Femmes et changement • Francas du Gard • Fruits oubliés • Institut Européen d'Ecologie (IEE) • Ligue de l'Enseignement • Ligue pour la Protection des Oiseaux (LPO) • Manger Bio Gard • Max Havelaar • Mouvement pour les Droits et le Respect des Générations Futures (MDRGF) • Nature et Progrès • Organisation Professionnelle de l'Agriculture Biologique en Alsace (OPABA) • OGM Dangers • Protection Mondiale des Animaux de Ferme (PMAF) • Réseau Action Climat France (RAC-F) • Réseau Agriculture Durable (RAD) • Sud Rural • Syndicat National Unitaire des Instituteurs et Professeurs des Ecoles et PEGC (SNUipp) • Union Féminine Civique et Sociale (UFCS)

La présentation et les coordonnées des associations sont disponibles sur demande à Agir pour l'Environnement.

Agir pour l'Environnement

Renvoyez les cartes

dès aujourd'hui et avant le 30 novembre 2002 aux Maires, aux Ministres de l'agriculture et de la santé et à :

Agir pour l'Environnement
97, rue Pelleport
75020 Paris
Tél. 01 40 31 34 48
ou 01 40 31 02 39

Soutiens : Accueil Paysan, AITEC, Amis de la Terre, AMDDE, Animafac, ARCHET, Association de Sauvegarde du Pays Fouesnantais, ATTAC, CEIPAL, Coordination Nationale des Semences Fermières, Femmes et Changement, Francas du Gard, Fruits oubliés, Institut Européen d'Ecologie, Max Havelaar, OGM Dangers, OPABA, Réseau Action Climat France, Fédération Nationale des Associations de Producteurs Fermiers

Des aliments sains, une agriculture durable !

Seule une agriculture respectueuse des équilibres naturels peut garantir l'accès de tous à des aliments de qualité, bons au goût et pour la santé.

L'augmentation de maladies comme le cancer et les allergies est liée à des facteurs environnementaux et à l'alimentation. Nitrates, dérivés hormonaux, antibiotiques, pesticides se retrouvent dans la chaîne alimentaire, tandis que les aliments industriels s'appauvrissent en vitamines et en fibres.

Faillites d'agriculteurs, désarroi des consommateurs, pollution des sols et des eaux... le modèle agroalimentaire intensif est dans une impasse. Quelques entreprises contrôlent toute la filière : semences, alimentation animale, engrais et pesticides chimiques, transformation, distribution. Cette concentration met en danger la santé, l'emploi, l'environnement de tous.

Les pouvoirs publics affirment vouloir garantir la sécurité alimentaire. Ils doivent donc soutenir la production et la consommation d'aliments sains. Réunies dans la campagne **"Des aliments sains, une agriculture durable !", associations et syndicats de paysans, consommateurs, écologistes, parents d'élèves, enseignants... demandent :**

- **Aux collectivités locales, en particulier les municipalités,** de favoriser une nourriture saine dans la restauration collective
- **Au Ministre de l'agriculture** une politique agricole respectant l'environnement et la santé et pérennisant l'existence des petites et moyennes fermes
- **Au Ministère délégué à la santé** d'affirmer l'importance des aliments sains, notamment dans les cantines scolaires, universités, hôpitaux

Sommaire

Pages 2 et 3
- La qualité des aliments, facteur de santé décisif
- Un développement agricole durable pour des aliments sains
- Produire et consommer durable

Page 4
- Des aliments sains dans la restauration collective
- Infos pratiques : bibliographie, sites web, adresses

avec le soutien de MARJOLAINE Salon Bio et Nature

Agir pour l'Environnement : 97, rue Pelleport - 75020 Paris • Tél. 01 40 31 34 48 - 01 40 31 02 37 - Fax : 01 40 31 02 39 - Email : ape@globenet.org

Liste détaillée des partenaires de la campagne en page 4.

Campagne pour des aliments sains, une agriculture durable !

La qualité des aliments : un facteur de santé décisif

80 % de nos aliments sont transformés par l'industrie agroalimentaire. Ils sont souvent déséquilibrés, pauvres en vitamines, oligo-éléments et fibres. Or la qualité de la nourriture est déterminante dans notre état de santé.

Pour lutter contre les agressions (stress, pollution), l'organisme humain dispose parmi ses systèmes de défense des **anti-oxydants** : sels minéraux, vitamines. Ces éléments sont souvent insuffisants dans l'alimentation industrielle. Pour la population française, les études en cours font état de risques de subcarences en vitamines essentielles contre les dégénérescences (Suvamax - Inserm). Parallèlement, des milliers d'additifs chimiques sont ajoutés aux aliments sans que leurs interactions fassent l'objet d'études : colorants, conservateurs, agents de sapidité, de texture... Cancers, diabète et allergies augmentent, l'obésité atteint près de 15 % des jeunes. Le problème est aggravé par le mode de consommation : restauration rapide, grignotage, manque de fruits et légumes, excès de sucres et de graisses saturées, cuissons agressives, stockage trop long. Enfin l'usage des antibiotiques dans les élevages intensifs est une des causes de la résistance des germes aux traitements anti-infectieux.

Pour les associations partenaires de cette campagne, des aliments sains, ce sont

- des aliments sans organismes génétiquement modifiés (OGM)
- produits par des paysans et des transformateurs respectant l'environnement et le bien-être des animaux
- des produits variés, en priorité frais, de saison, cultivés, élevés ou transformés à proximité du lieu de consommation
- de composition équilibrée, ayant conservé leurs qualités gustatives et nutritives
- des produits dont la **traçabilité** est établie (provenance et composition connues)

Des organismes génétiquement modifiés sans contrôle sérieux !

Les plantes ou animaux OGM sont obtenus par modification de leur profil génétique, en introduisant des gènes étrangers à l'espèce. Ainsi l'industrie agro-alimentaire a créé des tomates longue conservation, du maïs insecticide, un saumon à croissance accélérée... Les consommateurs européens refusent ces produits dont les risques pour la santé et l'environnement sont très peu étudiés. En particulier **il est urgent que les pouvoirs publics lancent des études sur la présence d'OGM dans l'alimentation animale et les répercussions possibles dans la chaîne alimentaire.**

Un développement agricole durable pour des aliments sains

Une agriculture durable est économiquement viable, écologiquement saine et socialement équitable. Elle permet à un grand nombre de paysans de vivre de leur travail et de produire des aliments de qualité tout en préservant les équilibres naturels.

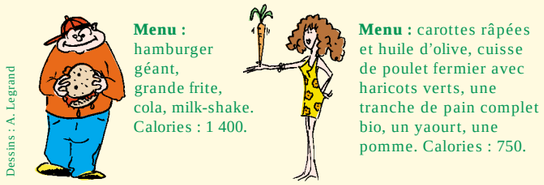
Pour être durable, l'agriculture doit respecter l'environnement (les sols, l'eau, l'air) et la **biodiversité**. Elle doit permettre, par un commerce équitable la pérennité des fermes, le maintien du tissu socioéconomique rural et la création d'emplois. Les paysans engagés dans ces types d'agriculture exercent de multiples fonctions : production d'aliments sains, entretien des **écosystèmes**, animation des terroirs, accueil...

Le développement durable : une préoccupation planétaire

En 1992 le Sommet mondial de Rio avait marqué une prise de conscience mondiale des risques pesant sur la planète en raison d'un mode de développement économique inéquitable et gaspilleur. Il avait affirmé l'urgence d'un **développement durable,** c'est à dire **"répondant aux besoins du présent sans compromettre les capacités des générations futures à répondre aux leurs"** (ONU). Il s'agit d'un développement qui préserve les ressources naturelles et leur juste répartition. En septembre 2002, les Nations Unies organisent le Sommet du Développement Durable. Un enjeu : promouvoir un mode de consommation et de production durables.

Choisir son alimentation !

deux façons de manger : des répercussions différentes sur la santé



Dessins : A. Legrand

Menu : hamburger géant, grande frite, cola, milk-shake. Calories : 1 400.

Menu : carottes râpées et huile d'olive, cuisse de poulet fermier avec haricots verts, une tranche de pain complet bio, un yaourt, une pomme. Calories : 750.

La ration moyenne normale est de l'ordre de 2 000 calories / jour. Le repas fastfood est très déséquilibré : excès de sucre rapide (178 gr pour ce menu !) et de graisses saturées. Ces calories "vides" n'apportent pas de **micro-nutriments** essentiels. Au dela du quantitatif, c'est la qualité qui compte. Ainsi, une pomme apporte du sucre de bonne qualité, des fibres favorisant la digestion, des sels minéraux et des vitamines...

Produire et consommer "durable" en préservant les équilibres naturels, les emplois, les territoires

Elevage : une nourriture saine pour les animaux !

L'élevage intensif ne garantit pas le bien-être des animaux (enfermement, mutilations, manipulations génétiques). Il a conduit à des catastrophes sanitaires, économiques et sociales. Il faut remplacer trois millions de tonnes de farines animales... dont l'incinération est polluante. **Une solution : la reconquête de l'autonomie européenne en protéines végétales pour nourrir sainement le bétail.** L'Europe dispose de 4 millions d'hectares de jachères et de 4 millions d'ha pour produire des céréales pour l'exportation. Elle peut en reconvertir une partie en cultures azotées (luzerne, lupin, pois) avec des rotations préservant les **biotopes**.

Quand les paysans protégent les écosystèmes

Les prairies alluviales, vastes étendues inondables menacées depuis une trentaine d'années par le développement de la culture intensive du maïs, abritent une grande diversité d'espèces animales et végétales. Depuis 1991 des contrats entre l'Etat et les agriculteurs permettent de protéger un oiseau rare : le râle des genêts. Les paysans respectent un cahier des charges proposant des fauches tardives pour protéger les poussins. Une compensation financière leur est versée pour la perte de la valeur fourragère.

Une activité agricole à échelle humaine pour préserver la planète !

L'agro-industrie gaspille beaucoup d'énergie (installations chauffées ou réfrigérées, transport de marchandises et d'animaux sur des milliers de kilomètres), contribuant à l'augmentation de l'**effet de serre**. Celui-ci entraîne des changements climatiques à leur tour préjudiciables à l'agriculture (désertification, inondations), en particulier dans les pays pauvres. **Une solution : le maintien et l'installation des fermes de taille familiales**, mieux insérées dans le tissu rural, plus économes en moyens de production.

Des consommateurs responsables peuvent changer les choses !

Un kilo de cerises mûries au Chili et vendues à Rungis, produit, au cours de son transport aérien, trois fois son poids en Co^2, gaz responsable de l'effet de serre. Bien informés, nous avons tous, selon nos moyens, la possibilité de soutenir une agriculture qui préserve la planète : s'approvisionner sur un marché de proximité, éviter les fruits et légumes hors saison, acheter du café ou du thé du **commerce équitable**...

Agriculture industrielle : l'impasse !

Sept millions de paysans en France en 1940, sept millions actuellement dans toute l'Europe des Quinze, où 200 000 actifs agricoles disparaissent chaque année. L'Union Européenne (UE) continue à financer le rendement et la concentration des fermes. Elle subventionne des exportations qui concurrencent les paysans des pays pauvres. Dans le même temps, pour nourrir son bétail, l'UE dépend de farines animales (provisoirement interdites) et d'importations de soja pour une bonne part **transgénique**.

L'agriculture biologique : une agriculture durable à développer

Le label officiel "Agriculture Biologique" implique un cahier des charges et des contrôles indépendants garantissant une production sans pesticides ni engrais chimiques de syntèse et sans OGM. L'agriculture "bio" respecte l'environnement et le bien-être des animaux d'élevage. Créatrice d'emplois, elle fait appel à une expérience et une connaissance du milieu qui valorise le métier de paysan.

La France compte, fin 2000, 370 000 hectares en bio, soit 1,3 % de la surface agricole, 9 260 agriculteurs biologiques dont environ 3 000 en conversion et 30 000 emplois dans l'agro-alimentaire bio. Le marché des produits biologiques représente 1,5 % de la consommation alimentaire. 47 % des consommateurs disent en acheter (sondage CSA / Printemps bio, avril 2001)

Malgré une croissance d'environ 30 % par an depuis 1996, la France connaît un retard en céréales, produits maraîchers, viandes. Pour répondre à la demande, notamment celle de la restauration collective, pour mieux organiser la formation, la reconversion, développer la transformation des produits, l'agriculture biologique doit être aidée efficacement. Les pouvoirs publics doivent en **accompagner le développement au profit de la qualité, des petits producteurs et transformateurs.**

L'importance du contenu nutritionnel

L'étude comparative ABARAC (Prof. Joyeux, INSERM) montre que les fruits et légumes issus de l'agriculture biologique, qui ont une teneur en matière sèche plus importante de 25 % en moyenne, contiennent à poids égal des quantités de nutriments supérieurs à ceux de l'agriculture industrielle.